



マンスリー-WANATH

2011年7月号

編集・発行 クラブハウスWANATH



2011年7月6日(水) 七夕祭り (撮影 S)

7月のイベントは七夕祭り

今月のWANATHのイベントは七夕をやりました。笹の葉にたくさんの願い事をメンバー達が短冊に書いて取り付けました。中にはお金持ちになりたいとか、薬の飲み忘れを無くなる様にとか、いろいろな願い事を書いて飾り付けをしました。しかし、日にちが過ぎて七夕の日が過ぎると、笹の葉をゴミにしてしまうのが何か残念で、心残りです。と書いても処分のしようが無いので、しようがありませんね。メンバーの皆さんが願いを込めて書いた願い事が叶うと良いですね。期待してみましょ！

☆ 七夕飾りをやりました ☆

メンバー 真治

7月7日七夕の日には、ココクラブハウス WANATH でも笹を飾って七夕気分を味わいました。自分はヤッコさんと言う名の折り紙を折りました。折り紙が苦手な自分には罰ゲームをやらされているような気分でした。ですが、やっぱりたまには折り紙も良いものだなと思いました。



メンバー 石田

七夕は毎年曇りで、しかも忘れかけていた季節の催し事だったので、Y先生やS先生がやろうと言った時には重い腰があがりませんでした。保育園や小中学校では盛り上がっているのだろうな。僕もつくづくおじさんになってしまったんだなあ~と思いました。豚や花の押し切りスタンプをS先生が持っていたのが少年の心を忘れていない人だなあ~と感心しました。願い事を聞いて回ったのですが、犬がなつきますようにとか、願い事が思いつきますようにとか、七夕の願い事にしてはふざけているなど、これは今年もひこぼし様とおりひめ様と会えないなど、プラトニックラブだったのかなあ~と思いました。S先生に銀河は目玉焼きだと、太陽系は卵の黄身の端っこから白身を眺めることを天の川と言うんだなあ~と言ったら、分かったような分からないような顔をしていました。ヤッコさんを作るのを真治さんと佐藤さんが一生懸命やっていました。キッチンで人参を切っていると短冊切りというのが出てきて七夕を思い出しました。七夕の笹を川に流すのを流せないの、近所の寺や神社を回りました。それから、天の川という事で、又はミルクウェイという事で牛乳を飲んだり、甘いものを食べたり、おりひめの機織りがそうめん作り似ているのでそうめんを食べたりしました。

メンバー 渡辺

七夕といえば私がまだ子供の頃は短冊に願い事を書いて、どうか願い事が叶いますようにと毎年よくやったものですが、大人になってからは七夕に短冊に願い事を書いて笹の葉に取り付けるような、夢のような事はやりませんでした。しかし WANATH に来てから七夕をやると言うので、今までの経緯から、こんなことをしたってあまり意味が無いと少し抵抗感がありました。しかし、WANATH の行事なので、しかたなく短冊に“お金持ちになりたい！”と、少しふざけた感じがありますが、本音なのでそれを書きました。本当に何年か後に人生はいつどこで変わるか分からないので、お金持ちになっていたり少し期待感を何時の間にか持っていました。何だかんだ言いながら、願い事に期待感を持ってしまっていた自分が何だか童心に戻ったような感じになりました。



メンバー 鈴木

七夕幼い頃保育園で願いが叶う様にと願った事を思い出します。叶ったか？思い出せない？けど楽しかったのを思い出します。小学校の時、沢山願いをかけて叶った事を思い出します。イベントは、楽しいですね(笑)年に一度なのでしっかり願いをかけて短冊にかけました。もういい年なので、夢の様な願いでは、無く現実的な願いをかけました。人生であの人に会いたいと思いその願いをかけました。運命の人と離ればなれになってもうどれ

ぐらいになるんだろう。あと何十年すれば会えるのかな？分からないけど気持ちは、あのまま時間が止まっている感じです。でもみなさんの願いも叶うといいですね！！以上

メンバー兵藤

七夕は雨で残念でした。ひこぼしとおひめが、空が雨で見えなかったのが残念だと思いました。見たかったんですけどね。来年は見たいです。晴れると良いですね。皆で飾り付けをしました。皆の願い事が叶うと良いですね。七夕の飾り付けや願い事を書いたりしたのは小学校以来で、この歳になってやるとは思いませんでした。子供に戻ったようで楽しかったです。また来年もやりたいですね。来年は晴れると良いですね。

★ 今月のアラカルト ★

やっと備品の不足している WANATH にパソコンが増えました！

今までは壊れてフリーズばかりしていたパソコンに変わって WAC からお古のパソコンを譲ってもらいました。このパソコンも調子がいまいちだったので、I さんにわざわざ WANATH まで来てもらって直してもらい、調子が良くなってデイリー WANATH やまんすりー WANATH の作成が楽に出来るようになりました。大変ありがたいです。しかし、モニターだけはブラウン管で古いですけど、まだまだ使えそうです。できれば液晶の薄型モニターが欲しいですけど、そこまでは贅沢は言ってもらえませんね。もし、お古でいらぬ液晶モニターがあればぜひ WANATH へ寄付をお願いします。大歓迎です。よろしくお願いします。

週に一度は公園へ散歩？

気分転換と運動のため、日差しが照りつける中、WANATH から歩いて10分ぐらいのところにある公園へ行きました。暑かったけど、四葉のクローバーを探しました。もう終わりみたいで、あまり無かったです。SさんとTさんはボールを蹴って遊んでいました。木陰は涼しく、今度はおやつを持って来ようと話をしました。

エコキャップ30,000個達成！

去年の8月からボランティアで活動し始めたエコキャップの収集活動ですが、今月でちょうど1年になりますが、やっと30,000個達成しました。皆様のご協力に感謝いたします。30,000個といたらワクチン何人分になるのでしょうか？今、日本は平和な国になり、食べ物にも困らず、医療も発達していて、それから見ると発展途上国の貧しい国に生まれた方々は悲しく心が痛みます。今、世界では毎日数千人から数万人の子供たちが病気で亡くなっていると聞いています。この平和で豊かな国の日本に生まれて良かったなと本当に思います。この不便の無い豊かな国に生まれた一人の人間として、貧困な国の子供たちを是非助けたいと思います。今後、エコキャップの収集活動は、これからも続けて行くつもりです。どうか皆様のご協力を今後



もよろしくお願い致します。

エコキャップ発送しました！

今日、7月22日に西濃運輸が来てエコキャップが入っている巾着袋6袋をエコキャップ推進協会へ送りました。6袋で約21,000個になりました。これでトータル約32,000個送付したことになります。これからも暑い真夏が続きます



ので、キャップがたくさん集まりそうです。エコキャップ専用巾着袋があと1つしかなくなりました。注文しときますね。10枚入りで550円です。高いですがしょうがありませんね。恵まれない世界の子供達が毎日何人も亡くなっていることを考えると、ポリオワクチンを接種してあげたくになりますからね。これからは WANATH ではこのエコキャップ運動を続けて、世界の子供達の命を助けてあげたいと思います。読者の皆さんエコキャップの回収にご協力をお願い致します。

エコキャップ受取報告書がすぐに届きました

上の記事に書きました、エコキャップを発送して2日後ぐらい後すぐに、エコキャップ受取業者から FAX が届きました。今回の受取量は50.76kgで、20,304個、収集数累計30,048個、で、ポリオワクチン38人分、CO₂削減量累計236,63kgという報告書(FAX)が送られて来ました。去年の8月からこのエコキャップ運動を初めて、約30,000個のキャップを送る事ができ、そして38人分のポリオワクチンが購入出来、38人の子供達の命を救ったことは、WANATHにとって嬉しいことであり、やりがいがあったことと思っています。これからもこの運動を続けて、世界の恵まれない子供達にポリオワクチンの接種の協力をしていきたいと思っています。

無事に退院できました

メンバー阿部

6月の下旬から精神科の病院に入院して、約一ヶ月を通して退院することが出来ました。7月の台風が来たときに退院日だったけど、2日遅れて退院してきました。体もだいぶ楽になってきました。病院での生活では、飯が美味かったです。毎日看護婦さんが部屋に来て悩み事を聞いてくれました。感謝しています。洗濯やらシーツ交換などがあって大変でした。シーツ交換は苦手で、病院のヘルパーさんと一緒にやりました。病院の中の患者さんが僕に積極的に話し掛けてくれたので、友達がたくさん出来ました。これからも仕事を頑張りたいと思います。

精神疾患と生活習慣病の関係

メンバー真治

精神病を患った人には体格のいい人が多いと思ったことはありませんか？今から自分の経験を元に考えます。まず、体を動かすことが出来なくなり、運動量が減ります。その上食事をするとすぐ横になりたくなります。(食事のすぐ後に横になるのは良くないことはご存知ですよ)これは医者のお話を参考にします。他に楽しみが無いから間食をしてしまうようです。この負のスパイラルから脱出したいと思います。

雑誌“まんてん”の記者が WANATH を取材に来ました

7月25日(月)に雑誌“まんてん”の記者が WANATH を取材に来ました。デイリーWANATH やマンスリーWANATH

の写真を撮ったり、エコキャップに関心を抱いたり、調理の様子やキッチンの様子を写真に撮ったり、パソコン作業の様子を写真を撮ったりしていました。今日の取材の内容は9月号に載せると言っていたので、今から見るのが凄く楽しみです。

WANATH に約22名の方が見学に訪れました

7月22日に約22名の方々がこの WANATH を見学に訪れました。22名の方が一度には中に入れないので、11名ずつ2回に分れて、WANATH の中を見学しに来ました。こんなにたくさんの方々が見学に来るのは WANATH 設立以来初めてではないでしょうか？見学された方々はこの WANATH をどのように感じ思ったのか興味があります。見学者の中に WANATH のメンバーになりたいと思ってくれた人がいたら幸いです。

WANATH 節水しましょう

5月の水道代が5,610円であったのが、6月が6,264円でした。どうしてこんなに水道代が高くなったのでしょうか？水道代は WANATH の2階にあるハニカ工業さんと折半なので、迷惑をかけてしまうことになります。WANATH のメンバーが増えて調理が増えたのも原因かもしれません。皿洗い等はなるべく工夫して節水する様にして皆さんこれから気をつけましょう。

【7月のベストメニュー】



【生姜焼き定食】

材料

豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、ミニトマト、キャベツ、酒、醤油、みりん、生姜

★作り方

1. フライパンで肉を炒める
2. 肉の色が変わったら取り出す
3. ペーパータオルでフライパンを拭く
4. 合わせ調味料を入れる
5. 肉全体に味を絡める
6. 野菜を添えて器に盛る

感想

あんまり良い肉ではなかったけど、味付けをしたり焼いたりしたらとても美味しい生姜焼になりました。味噌汁もいろいろな具が入っていて美味しかったです。キャベツの千切りが難しかったです。スープのベーコンの味を出すのは苦勞しました。

行事報告 2011年7月

7月7日(木) 七夕祭り

ワナス&WACNET. 今後の予定

2011年7月30日(土) クラブハウス3周年記念地域市民フォーラム
2011年8月20日(土) ゆいフィールコンサート
2011年9月 のんほいパーク(予定)

♪ボランティアさん大募集中! ♪

キッチンユニットで、昼食づくりを一緒にして下さる方を募集しています。

メンバーと一緒に、献立、買い出し、調理、片付けをお願いします。

昼食は12時からです、

おしゃべりも楽しみながら、温かいご飯を食べましょう。

日時: 月~金曜日 10時~

持ち物: 350円、米一合、エプロン

月1回程度の参加でもかまいません。

また、何かボランティアをしたいお方、お気軽にご連絡ください。

メンバー一同、お待ちしております。

連絡先

〒440-0824 愛知県豊橋市瓦町通り2丁目2 TEL 0532-52-4315 担当 清水

編集後記

マンスリーWANATH は今までは4ページ構成だったのですが、先月号の6月号からページ数が増えて6ページ構成になりました。載せる記事のテーマや、原稿がなかなか集まらなく、6ページ作成にするのは少し大変になってきました。特に、題材が無い時には何を書いたら良いのか毎回悩んでいます。そういう時は、メンバーの皆とミーティングを行って題材を何にしたら良いのか、決めたいと思います。今月号も、6ページ作成するのに大変苦労しました。この編集後記を読まれている方々は1ページから最後までこのマンスリーWANATH に目を通してくれたことと思います。今後もWANATHメンバー一同が、頑張って6ページに渡るマンスリーWANATHを作成していきたいと思っています。次号からも毎月手にとってご購読されることを切望します。

(記・渡辺)